Память

Выполнили:
Королева Татьяна, 114
Пузанова Марина, 114
Шулепова Ольга, 114

900igr.net

Память - форма психического отражения, заключающаяся в закреплении, сохранении и последующем воспроизведении прошлого опыта, делающая возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания.

Прошло
е

Настоящ
ее

Будущее

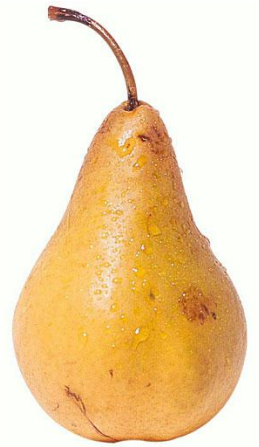
Представления - образы предметов или процессов реальной действительности, которые мы воспринимали ранее, а сейчас мысленно воспроизводим.

Представления воображения — это представления о предметах, которые в таких сочетаниях или в таком виде никогда нами не воспринимались.

В основе памяти лежат **ассоциации**, или связи. Предметы или явления, связанные в действительности, связываются и в памяти человека.

Ассоциации

по сходству



по контрасту

Ассоциации

по смежности

по смыслу

Основные процессы памяти:

Запоминание — процесс, направленный на сохранение в памяти полученных впечатлений.
Сохранение — процесс активной переработки, систематизации, обобщения материала, овладения им.
Воспроизведение и узнавание — процессы восстановления прежде воспринятого.

Виды памяти

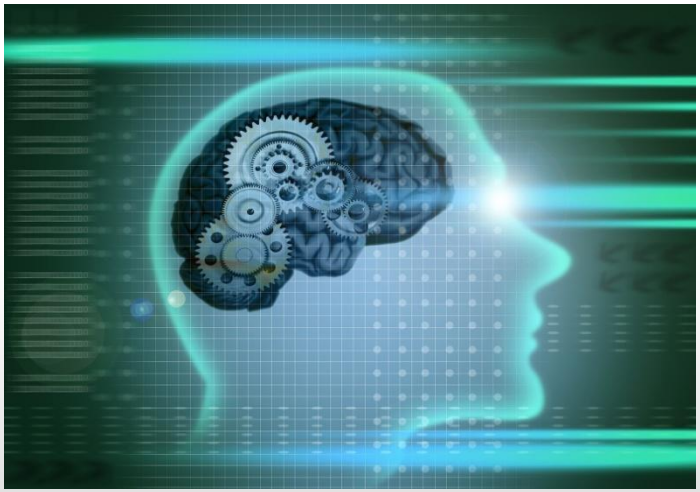
Непроизвольная

Произвольная

Эффективность произвольной памяти зависит:

1). От целей запоминания

2). От приемов заучивания



Приемы заучивания бывают:

1). Механическое дословное многократное повторение

Механическая память — это память, основанная на повторении материала без его осмысливания.

2). Логический пересказ

Логическая память — вид памяти, основанный на установлении в запоминаемом материале смысловых связей.

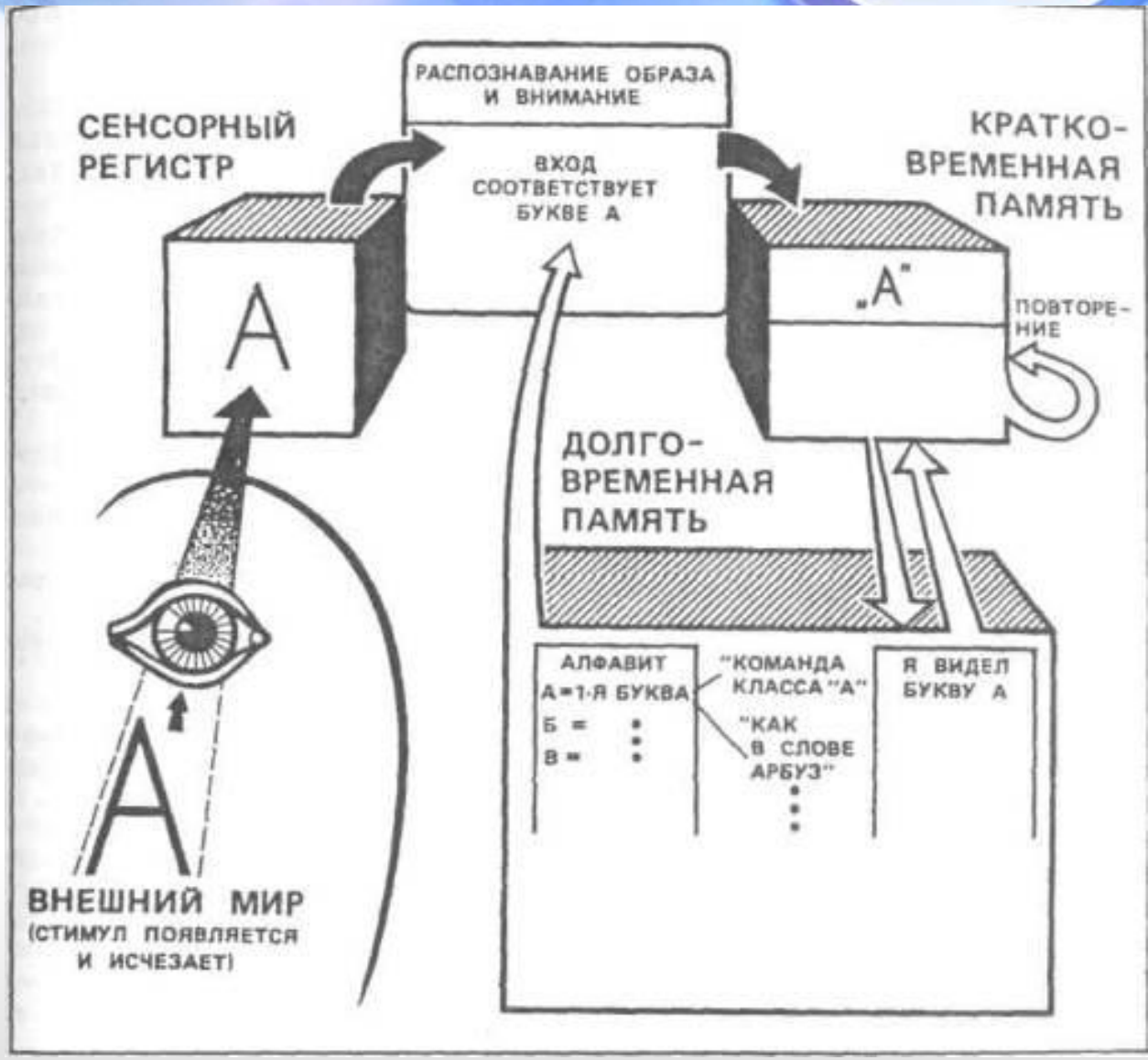
3). Образные приемы запоминания (перевод информации в образы, графики, схемы, картинки)

Образная память бывает разных типов: зрительная, слуховая, моторно-двигательная, вкусовая, осязательная, обонятельная, эмоциональная.

4). Мнемотехнические приемы запоминания (специальные приемы для облегчения запоминания).

Уровни памяти

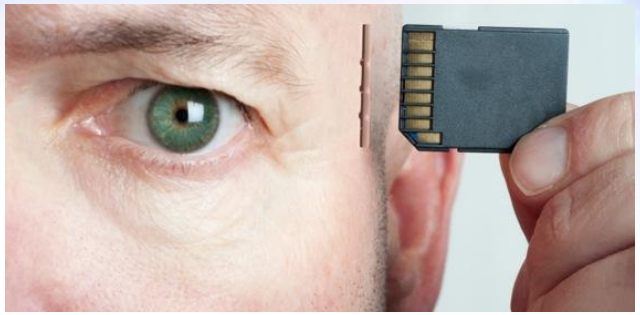
1. сенсорная (0,1—0,5 секунды);
2. кратковременная (около 20 секунд);
3. долговременная.



Долговременная память

- обеспечивает длительное сохранение информации

1) ДП с сознательным доступом (т. е. человек может по своей воле извлечь, вспомнить нужную информацию);



2) ДП закрытая (человек в естественных условиях не имеет к ней доступа, лишь при гипнозе, при раздражении участков мозга может получить к ней доступ и актуализировать во всех деталях образы, переживания, картины всей жизни).

Оперативная память

— вид памяти, проявляющийся в ходе выполнения определенной деятельности, обслуживающий эту деятельность благодаря сохранению информации, поступающей как из КП, так и из ДП, необходимой для выполнения текущей деятельности.

Промежуточная память

- обеспечивает сохранение информации в течение нескольких часов, накапливает информацию в течение дня, а время ночного сна отводится организмом для очищения промежуточной памяти и категоризации информации, накопленной за прошедший день, перевода ее в долговременную память.

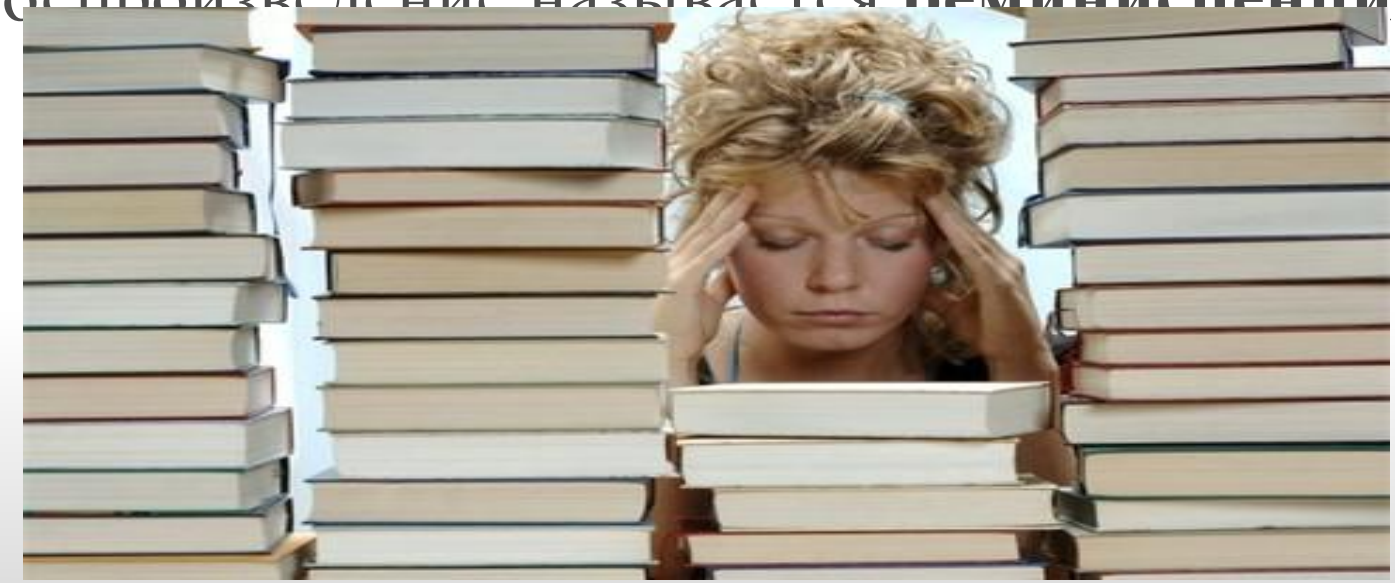
Закономерность забывания

- забывается все ненужное, второстепенное, а также определенный процент и нужной информации

- полное
- частичное
- длительное
- временное

Наиболее точное и полное воспроизведение сложного и обширного материала происходит обычно не сразу после заучивания, а спустя 2—3 дня.

Такое улучшенное отсроченное воспроизведение называется **реминисценцией.**



Виды памяти

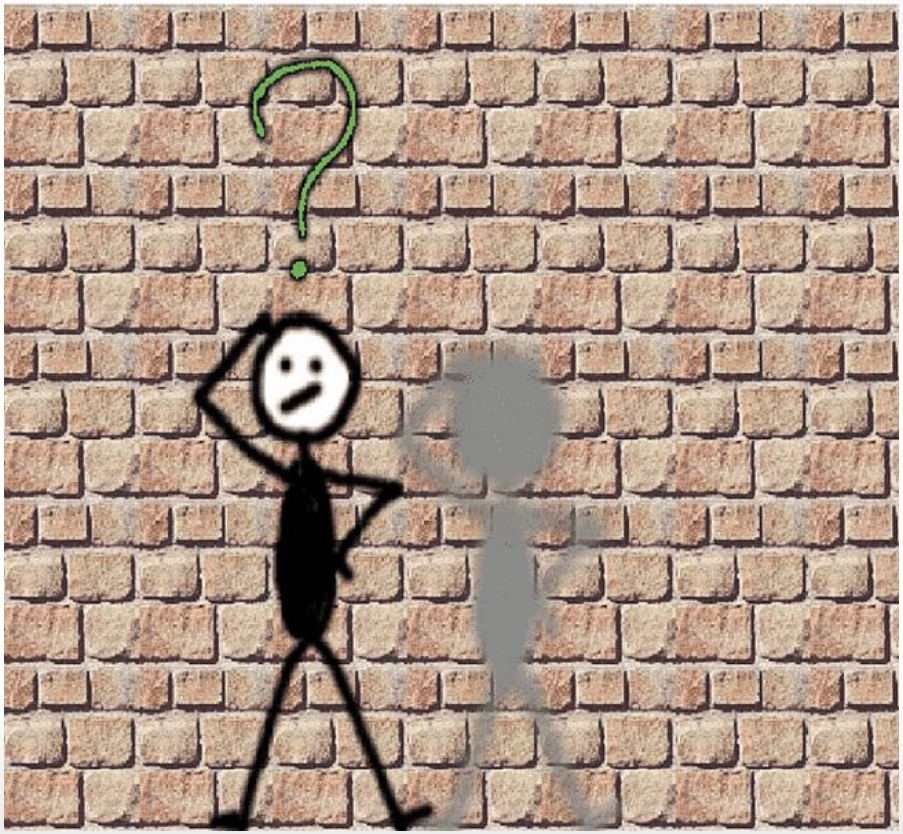
- Генетически первичная - **двигательная память;**
- **образная память;**
- практически одновременно с двигательной формируется **эмоциональная память;**
- высший вид памяти – **вербальная.**

Факторы забывания

- время;

- степень активности использования имеющейся информации;

- работа защитных механизмов нашей психики



•в первый день — 2—3 повторения,
•во второй день — 1—2 повторения,
• в третий-седьмой день — по одному повторению,
•затем одно повторение с интервалом в 7—10 дней.

!!! Помните, что 30 повторений в течение месяца эффективнее, чем 100 повторений за день.

Закон Рибо

-Закон обратного хода памяти.

Например: пожилые люди легко вспоминают о давно прошедшем, но столь же легко забывают только что услышанное.

Память обеспечивает целостность и развитие личности человека, занимает центральное положение в системе познавательной деятельности.

Список литературы:

1). Л.Д. Столяренко «Основы психологии»

Спасибо за внимание!